

庄内体育館

スポーツ教室タイムスケジュール

2026年4月～7月

	月曜日		火曜日		水曜日			木曜日		金曜日	土曜日	
	第1競技場	第2競技場	第2競技場	会議室	第1競技場	第2競技場		第1競技場	第2競技場	第1競技場	第2競技場	
9:00							9:00					9:00
10:00	大人トランポリン (定員20名) 10:00-11:00 15歳以上 (生徒・学生は除く) ※1①4/13-5/25(4回) ②6/1-7/6(4回)	ソフトエアロピクスA (定員60名) 9:30-10:40 15歳以上 (生徒・学生は除く)		ベーシックヨガ (定員12名) 9:30-10:30 15歳以上 (生徒・学生は除く)		個人使用 卓球 9:00-21:00	10:00		ソフトエアロピクスB (定員60名) 9:30-10:40 15歳以上 (生徒・学生は除く)	幼児ふれあい体操 (定員50組) 10:00-11:10 2歳・3歳と保護者		10:00
11:00		エアロピクスA (定員60名) 10:50-12:00 15歳以上 (生徒・学生は除く)		ピラティス (定員12名) 10:45-11:45 15歳以上 (生徒・学生は除く)			11:00		体カアップ (定員30名) 11:00-12:00 15歳以上 (生徒・学生は除く)			
12:00							12:00	個人使用 ピククルボール 9:00-15:00				12:00
13:00		いきいき体操A (定員55名) 13:00-14:30 中・高齢者					13:00	個人使用 バドミントン 9:00-21:00				13:00
14:00							14:00		卓球 (定員60名) 13:20-14:50 15歳以上 (生徒・学生は除く)	いきいき体操B (定員60名) 13:30-15:00 中・高齢者		14:00
15:00							15:00					15:00
16:00	幼児トランポリン (定員20名) 15:30-16:30 年中・年長	すくすくキッズスポーツ (定員20名) 15:15-16:15 年少			幼児たいそう (定員60名) 14:45-15:45 年少・年中・年長		16:00					16:00
17:00	こどもトランポリン (定員20名) 16:40-17:40 小1～小3				キッズダンスA (定員20名) 16:00-16:45 年中・年長		17:00			こどもバスケットボール (定員60名) 16:30-17:45 小学1年～6年生		17:00
18:00					キッズダンスB (定員20名) 16:50-17:35 小学1年～4年		18:00					18:00
19:00							19:00					19:00
20:00			エアロピクスB (定員60名) 19:20-20:30 15歳以上 (生徒・学生は除く)		個人使用 バレーボール 18:00-21:00 ※15歳以上 (中学生除く) ※7月は開催しておりま せん。		20:00			個人使用 バスケットボール 18:00-21:00 ※15歳以上 (中学生除く) ※7月は開催しておりま せん。		20:00
21:00							21:00					21:00